SCS 拮抗鬆弛術基礎班

●講師：蕭宏裕物理治療師

●日期：

2026.8.23(台中場)

2026.9.20(台中場)

2026.10.17(台北場)

2026.10.18(台北場)

●地點：

台北場：台北市松山區南京東路三段 259 號 11 樓

台中場：台中市西區台灣大道二段 285 號 23 樓 D 室

●報名：https://www.fascia.com.tw/

●主辦單位：宏甫顧問有限公司、台灣復健發展學會

●協辦單位：宏甫物理治療所、安和物理治療所

●課程說明

為推廣拮抗鬆弛術(簡稱 SCS)，讓更多人感受 90 秒解除疼痛的震撼，**蕭宏裕治療師**將舉辦 SCS 基礎課班。蕭老師不僅是「拮抗鬆弛術」的譯者，更是將 SCS 引進亞洲的先驅。從 2016 年起，蕭老師伴隨 Randall Kusunose 的每一場講習，是最能傳達 SCS 精神與精髓的弟子。本課程精彩內容包括如何在 90 秒內治療梨狀肌、網球肘、板機指、肩旋轉肌群、髖關節受限等臨床常見疾病。

拮抗鬆弛術是在 1955 年由勞倫斯・瓊斯醫師(Dr. Lawrence Jones)所發明，這是一項結合肌梭原理與筋膜技術所研發出來的「功能障礙治療技術」。過去在面對肌骨系統功能障礙時，都會「直接」針對受損組織加以牽拉或鬆動，過程中不僅容易受傷，還會引發劇烈疼痛，有時效果還不如預期。一般的關節鬆動術(Manipulation or Mobilization)、整脊(Thrust)或牽拉(Stretching)等手法，都是治療人員以「對抗問題」的方式，施力於患處或周邊組織；SCS 則完全不同，它是一種「間接技術」，所用的力道非常的輕(甚至不用任何力量)，原則上只要將肌肉或關節擺到「最舒適的位置」即可解決疼痛、關節受限或循環不良等問題。從學理上來說，SCS 是一種分析「異常神經肌肉反射源(功能障礙來源)」的治療系統。SCS 以神經學模式為基礎，尋找壓痛點(Tender points)與體功能障礙的關聯，確定患處之後，再針對不同部位或系統以擺位技術或筋膜技術排除功能障礙。由於不直接施力於受損組織，因此 SCS 是一項非常輕柔、快速(90 秒)且完全無痛的治療技術，SCS 幾乎可以改善大部份人體系統的功能障礙。這是一項非常簡易的健康促進手法，非常值得大家學習。

課程表

時　間	**主題內　　容**	**摘要**
08:30-09:00	報到	
09:00-10:30	SCS 理論介紹	含肌梭理論、整體功能障礙成因、SCS 操作原理
10:30-10:45	休息	
10:45-12:00	肘關節症候群	網球肘、高爾夫球肘、板機指、媽媽手

12:00-13:00	午餐	
13:00-15:00	肩關節症候群	大圓肌、小圓肌、二頭肌長頭/短頭、肩胛上肌、鎖骨下肌、胸小肌
15:00:15:15	休息	工作人員
15:15-16:30	下背痛症候群	梨狀肌、臀中肌、腰大肌

●課程講師

蕭宏裕 物理治療師

臺灣體育學院運動健康科學系碩士班
彰化基督教醫院物理治師
宏甫顧問有限公司總經理
宏甫物理治療所所長

《翻譯作品》

顱薦椎治療、整脊快易通、肌筋膜鬆弛術、內臟鬆弛術、腦神經鬆弛術、整顱學圖譜、泌尿生殖系統鬆弛術、拮抗鬆弛術 Strain Counterstrain、肌肉失衡的評估與治療：揚達法則、骨科暨運動傷害檢查學(王百川合著)、肌內效貼布使用手冊。